4° R Pièce 4567

Docteur JEAN FILLIOZAT

Directeur d'Etudes à l'Ecole des Hautes Etudes de Paris
Membre d'Honneur de l'Ecole Française d'Extrême-Orient

TAOÏSME et YOGA

4° R 456

(*Extrait du Bulletin Dân Viêt Nam N° 3 — Juin 1949*)

TAOÏSME ET YOGA

(Conférence faite le 16 Mai 1949 au musée Louis Finot de Hanoi)

JE ne saurais prendre la parole sur l'invitation de l'Ecole Française d'Extrême-Orient sans exprimer la grande joie que j'ai à la faire, car l'Ecole Française d'Extrême Orient est pour les orientalistes d'Occident le foyer naturel, le point de convergence de toutes les études asiatiques. Nulle part ailleurs qu'en Indochine, en effet, ne se trouvent réalisées les conditions géographiques et historiques qui ont rassemblé en une terre d'élection toutes les civilisations de l'Asie, soit qu'elles les aient amenées en contacts occasionnels, soit qu'elles les aient posées en affrontement permanent. Au point de jonction du monde indien et du monde chinois, l'Indochine a développé puissamment entre ces deux mondes ses civilisations propres tout comme, à l'autre bout du continent eurasiatique, la France a développé la sienne, au double contact des mondes latin et germanique. France et Indochine ont été les deux pôles de cristallisation culturelle de l'Ancien Monde, elles étaient prédestinées à se rencontrer pour se compléter, pour porter plus haut une culture générale, et c'est la gloire de l'Ecole Française d'Extrême-Orient de travailler depuis un demi-siècle à cette tâche.

Elle l'a fait non seulement par l'étude directe des faits et des traditions de l'Indochine même, mais encore par celle des vastes cadres où celle-ci s'insère et dont bien souvent elle reflète les traits. Je voudrais vous convier à examiner aujourd'hui selon cette méthode un problème de connexions entre ces cadres, connexions entre l'Inde et la Chine, formés par-dessus l'Indochine, mais qui éclairent d'importantes pratiques usitées en Indochine : celles du taoïsme.

L'étude du taoisme a séduit nombre de sinologues ou d'esprits attentifs en Europe à la pensée de l'Extrême-Orient, mais c'est une étude difficile en l'état de la vaste littérature taoïste, en raison de l'extrême variété des aspects des doctrines et des pratiques et par suite des contrastes au premier abord déroutants qui s'y présentent à chaque instant. Aussi ne puis-je songer à vous demander de passer en revue tout l'ensemble du taoisme. C'est seulement quelques points caractéristiques que nous allons pouvoir considérer.

Dans le choix de ces points je ne pouvais, à l'Ecole Française d'Etrême-Orient, qu'emprunter la voie tracée par un des meilleurs ouvriers qui l'ont illustrée, un de ceux dont la mémoire est pour toujours associée à l'œuvre qu'elle poursuit : Henri MASPERO.

Avant MASPERO, beaucoup d'aspects du taoisme concernant les rites et opérations matérielles, étaient considérés non seulement comme mineurs, mais encore comme quasiment étrangers au pur taoisme, comme des dégradations tardives et des additions misérables. On distinguait ainsi dans l'ensemble du taoïsme deux parties qu'on opposait comme le jour et la nuit : un taoïsme philosophique qui était un des sommets de la pensée humaine et un taoïsme formaliste dégénéré et indigne d'examen.

MASPERO, lui, a compris l'intérêt profond de ce champ d'études négligé et il a consacré des années de travail à son exploration méthodique. Un des premiers fruits de ce travail a été la publication dans le Journal Asiatique de 1937 d'un mémoire sur les *procédés de « nourrir le principe vital » dans la relation taoiste ancienne.* C'est des faits décrits

dans ce mémoire que nous allons partir pour en découvrir les similitudes et les relations éventuellés avec les faits parallèles indiens.

Il existe, en effet, dans l'Inde beaucoup de faits parallèles à ceux du taoïsme et l'investigation scientifique de ces faits a commencé aussi, après une période de dédain injustifié. Il est temps à présent de faire les rapprochements qui, peut-être, permettront de mieux comprendre et de mieux situer tout à la fois les pratiques de l'Inde, celles de la Chine et celles du taoisme au Viêt-Nam. On s'est d'ailleurs avisé depuis bien longtemps que des rapprochements pouvaient être faits entre le taoisme et les doctrines de l'Inde. Une biographie célèbre de LAO-TSEU fait voyager ce sage, fondateur du taoïsme et contemporain de CONFUCIUS mais son aîné, dans les pays d'Occident. D'aucuns ont pensé que ces pays d'Occident pouvaient être la Palestine où LAO-TSEU aurait connu la Bible. Un auteur même a transporté LAO-TSEU jusque dans Athènes. Mais la plupart ont pensé qu'il s'agissait de l'Inde d'où la Chine a par ailleurs reçu le bouddhisme. Mais, pendant longtemps, le taoisme et l'Inde étant l'un et l'autre fort mal connus, les analogies doctrinales citées en preuve des communications de LAO-TSEU avec l'Inde, sont restées fort vagues et fort contestables. Pourtant, l'étude du problème de ces analogies s'imposait, car ces analogies existent, sont frappantes et ont frappé les savants indiens et chinois bien avant les sinologues du début du XIXè siècle qui ont été les premiers à les remarquer en Occident lorsque les doctrines de l'Inde et de la Chine se sont à la fois révélées à eux.

Au VIIè siècle, une des plus grandes figures de l'histoire du bouddhisme en Chine, le pèlerin HIUAN-TSANG, a fait dans l'Inde au milieu des plus grandes difficultés, mais soutenu par une foi admirable, un voyage d'où il a rapporté une connaissance sans rivale du sanscrit et de la philosophie bouddhique. Il était rentré depuis peu en son pays lorsque, vers 646, un roi de l'Inde orientale demanda à l'empereur de Chine de lui procurer une traduction sanskrite du livre de LAO-TSEU. Il était donc dès lors connu dans l'Inde que ce livre présentait de l'intérêt pour les philosophes du pays. Un comité de traducteurs fut désigné et placé sous la présidence de HIUAN-TSANG qui avait étudié dans sa jeunesse la littérature taoiste. Un maître taoiste TS'AI HOUANG lui était adjoint. Déjà, bien des textes sanskrits bouddhiques avaient été traduits en chinois et il existait de nombreuses équivalences couramment admises entre mots sanskrits et caractères chinois. On aurait pu croire que cela devait faciliter la tâche des traducteurs du livre de LAO-TSEU en sanskrit. Ce fut, tout au contraire, ce qui finalement la rendit impossible. Paul PELLIOT, qui a étudié le travail du comité chinois, a conté comment HIUAN TSANG s'est opposé à l'emploi de certains termes sanskrits pour rendre les caractères chinois réputés correspondants Ces termes sanskrits étaient aux yeux de HIUAN-TSANG consacrés comme bouddhiques et ne devaient pas servir à exprimer les idées d'une doctrine non bouddhique et l'opposition du grand expert arrêt a les travaux du comité qu'il présidait.

Il est probable que si HIUAN-TSANG avait considéré l'emploi profane des termes sanskrits en question, il en aurait autorisé l'usage, mais sans doute craignait-il surtout d'introduire des confusions dans l'esprit des lecteurs entre les doctrines bouddhiques dont il s'était fait le champion et celles du taoïsme qu'il connaissait sans les approuver. Toujours est-il que le Maitre taoïste TS'AI HOUANG, en complète opposition avec lui, confondait bel et bien certaines idées du taoïsme avec celles de l'Inde, mais non pas sans doute avec celles du bouddhisme indien. C'est en effet dans d'autres milieux que dans les milieux bouddhistes que nous constatons aujourd'hui des spéculations et des pratiques similaires à celles du taoïsme.

Les spéculations et pratiques concernant la nourriture du principe vital qu'a étudiées MASPERO répondent à la préoccupation, courante chez les Taoïstes, de faire leur salut en atteignant l'immortalité ou, plus littéralement, la « Longue-Vie », *Tch'ang cheng* 長生.

Le plus communément cette Longue-Vie ne peut être atteinte avec le corps actuel. Elle doit se réaliser après la mort du corps actuel (qui n'est qu'un cadavre animé), et dans un corps nouveau qu'il faut constituer peu à peu en soi durant la vie par une technique définie et tenir prêt au moment de la mort à se délivrer du cadavre, comme la cigale sort de la chrysalide.

Dans le bouddhisme, indien, on ne trouve certes rien qui rappelle cette théorie du salut, car le bouddhisme recherche précisément non point l'immortalité matérielle dans un corps impérissable, mais l'affranchissement de la nécessité de renaître sans cesse dans des corps matériels. En dehors du bouddhisme, pourtant, et avant qu'il ait paru, les brâhmanes ont professé une doctrine de salut qui rappelle bien celle dont nous venons de parler chez les Taoïstes.

Pour eux, l'homme ne peut pas, dans son corps présent, échapper à la mort, mais il n'est point anéanti à cette mort. Sous une forme matérielle subtile, celle d'un souffle, il subsiste dans l'Au-delà. Seulement, dans cet Au-delà, il y a deux voies distinctes : celle des Pères et celle des Dieux. Les Pères sont sujets à une seconde mort, seuls les Dieux sont immortels. Le secret du salut et de l'immortalité consiste donc à savoir préparer en soi, durant la vie, le souffle qui doit survivre, à se diriger vers le monde des Dieux lors de la dissolution du corps terrestre, ou, comme dit un texte brahmanique qui adopte une image bien voisine de celle des textes taoïstes, à laisser son corps comme un serpent qui mue abandonne sa peau.

Il pourrait n'y avoir, dans ces croyances générales qu'une rencontre fortuite entre brahmanisme et taoïsme, mais cette rencontre fait partie d'un ensemble de beaucoup d'autres, comme nous allons le voir par quelques exemples, et dès lors se trouve posé le problème des communications historiques et des échanges intellectuels assimilateurs entre le taoisme et l'Inde.

Pour la constitution du corps immortel, le taoisme utilise fréquemment des drogues spéciales minutieusement préparées à base de plantes et surtout des produits minéraux, particulièrement de cinabre et d'autres sels de mercure. Pour obtenir la Longue-Vie l'Inde a pareillement développé toute une branche de sa médecine végétale et surtout elle a constitué toute une chimie des corps mercuriels. Il y a là une concordance qu'il est impossible d'attribuer au hasard, d'autant plus que la tradition alchimique indienne enseigne parfois que celui qui est désireux de conquérir l'immortalité doit d'abord se donner un corps divin par un traitement approprié de son corps humain, ce qui revient à dire comme les Taoistes qu'il ne peut devenir immortel dans son corps actuel mais seulement dans un corps nouveau façonné par une technique adéquate.

Un principe d'immortalisation par transmutation corporelle est donc commun à l'Inde et au Taoisme et, sans doute, il n'est pas sans intérêt de signaler en passant que l'ancienne alchimie grecque a parfois visé elle aussi à traiter l'homme pour libérer en lui de la gangue corporelle vulgaire le souffle vital, l'âme pneumatique qui s'y trouve emprisonnée, en sorte que ce sera un jour une étude passionnante de chercher à retrouver la chaîne qui pourrait bien, en ces matières, avoir relié l'Europe ancienne et l'Extrême Orient.

Mais, pour nous en tenir aux rapports plus prochains du Taoisme et de l'Inde, il nous faut étudier quelques-uns des procédés de part et d'autre employés pour réaliser la transmutation corporelle. Or il en est qui s'imposent particulièrement à notre attention parce qu'ils sont communs à l'Inde et au taoisme et n'appartiennent qu'à eux : ce sont les procédés qui dans l'Inde relèvent du Yoga.

Le Yoga est essentiellement une discipline du corps et dans l'esprit, discipline visant à la maîtrise complète, au pouvoir de réaliser à son gré des états physiques et psychiques supranormaux. Cette discipline est fondée sur les conceptions de physiologie des médecins indiens. Pour ceux-ci toute la vie consiste dans une circulation de souffle à travers tout le corps. Ce souffle représente, comme élément de la nature, le vent ou l'air, tandis que la bile représente le feu, la pituite l'eau et les parties solides la terre. L'homme est donc un monde en réduction avec une âme aérienne et un monde qu'il peut régir lui même par un entraînement spécial qui est le yoga.

Cet entraînement comporte des étapes multiples, physiologiques et psychologiques. Tout d'abord, une préparation générale du corps et de l'esprit s'impose par un régime alimentaire, un mode de vie et une purification morale. Totalement calme et dispos par cette préparation, l'adepte du Yoga, le yogin, peut entreprendre des exercices proprement dits.

Il se place en une position assise usuelle pour lui, de façon à pouvoir garder l'immobilité longtemps, avec tant d'aisance dans le corps qu'il ne

risque point d'être troublé par une crampe fortuite ou une gêne quelconque. Il prend une attitude de concentration des sens, fixant par exemple en un point déterminé son regard et se repliant sur lui-même en un effet psychologique.

Ses sens dominés, insensible dès lors aux perturbations extérieures, il fixe sa pensée sur un domaine choisi et entre dans les divers degrés de la méditation. Mais il a fait entre temps un acte essentiel aussi bien à placer son corps en bonne disposition qu'à conditionner la méditation : il a réglé sa respiration.

Régler la respiration est l'opération la plus originale du yoga. Elle est nécessaire dans l'opinion que le souffle est l'âme véritable de l'homme. Régler l'inspiration et l'expiration, c'est agir sur la partie immédiatement contrôlable du souffle pour entraîner des modifications dans celle qui n'est pas directement contrôlable, dans les souffles organiques dispersés jusqu'aux extrémités des nombres.

Application naturelle d'une théorie physiologique particulière, la régulation du souffle n'est pourtant pas un exercice purement théorique à efficacité plus ou moins illusoire. Il a été prouvé par des expériences cruciales du Dr. Thérèse Brosse, en mission dans l'Inde en 1936, que, par l'ensemble de leurs pratiques et tout spécialement par la régulation du souffle, les *yogin*, étaient en mesure de se placer volontairement dans des états physiologiques exceptionnels et très différents de l'état normal tout en n'étant pas morbides. C'est ainsi qu'ils peuvent se placer à leur gré et pour un temps donné en état de mort apparente, leur cœur n'ayant plus de battements, perceptibles à l'exploration grossière, continuant à battre, néanmoins, comme on peut s'en assurer par l'électro-cardiogramme mais d'une manière qui, si elle se réalisait spontanément, serait le signe d'une mort prochaine.

Les grands effets physiologiques du yoga sont donc réels. Beaucoup d'effets psychologiques en découlent et il est certain que la psychotechnie moderne trouvera dans les exercices du yoga un vaste champ d'études et, en grande partie, un champ tout cultivé.

Les théories des yogin et leur expérience pratiques leur ont permis souvent de viser au salut dans l'impérissable par la constitution en eux d'une masse vitale comparable au corps divin de certaines sectes brahmaniques et au corps d'immortalité des Taoistes.

En effet, les exercices physiques du yoga donnent au corps présent des facultés exceptionnelles, peuvent assurer sa santé et sa longévité et préparent la constitution d'un groupement volontaire du souffle vital dispersé dans le corps, groupement qui est considéré comme lui permettant de s'exhaler définitivement et en totalité dans le souffle éternel de la Nature lorsqu'il quitte l'enveloppe corporelle périssable. Il y a là un parallélisme avec le salut taoiste.

Mais c'est surtout dans les théories relatives au souffle et dans les techniques physiologiques que taoisme et yoga présentent des analogies.

Les Taoistes, comme les Yogins, ont une théorie très surprenante au premier abord pour les Occidentaux : celle de la respiration embryonnaire. On a cru, parfois que cette théorie exprimait la croyance chez les Chinois que l'embryon faisait au sein de sa mère des mouvements respiratoires et on s'est récrié sur l'absurdité de cette croyance. Mais, il ne s'agit en réalité de rien de tel.

Maspero l'a bien montré en traduisant des textes qui précisent bien les idées chinoises à cet égard, comme par exemple le texte suivant :

Journal Asiatique Avril-Juin 1937 p. 198

Le Respiration embryonnaire avait reçu ce nom parce qu'elle tendait à restituer la respiration de l'embryon dans le sein de sa mère.

« Dans la matrice, c'est le fœtus ; à la naissance, c'est l'enfant. Tant que le fœtus est dans le ventre (de sa mère), sa bouche contient de la boue, et la respiration ne pénètre pas, c'est par le nombril qu'il absorbe le souffle et qu'est nourri son corps ; c'est ainsi qu'il arrive à devenir complet. De là on sait que le nombril est la Porte du destin *(ming-men)*. Tous les fœtus, si à la naissance ils sont vivants, pendant un court instant ne reçoivent pas (l'air extérieur) ; mais on humecte d'eau tiède le cordon ombilical en se dirigeant vers le ventre, et au bout de trois ou cinq fois (qu'on a ainsi passé de l'eau chaude sur le cordon) ils ressuscitent. De là (encore) on sait que le nombril est la Porte du destin *(ming-men)* vraiment on ne se trompe pas. Ceux qui pratiquent le Tao, s'ils veulent obtenir la Respiration Embryonnaire *l'ai-si*, doivent d'abord connaître la source de la Respiration Embryonnaire et d'après cela la pratiquer, (c'es-à-dire) respirer comme le fœtus dans le ventre : c'est pourquoi on appelle (cet exercice) Respiration Embryonnaire. En revenant à la base, en retournant l'origine. on chasse la vieillesse on revient à l'état de fœtus, Vraiment (cet exercice) a une raison d'être...»

On voit par là que le souffle embryonnaire des Taoistes est un souffle intérieur exactement comparable au souffle organique qui, selon la physiologie indienne, circule à travers tout le corps comme agent de la vie ? Les traités médicaux indiens et ceux de Yoga font jouer naturellement un rôle primordial à ce souffle vital dans le développement de l'embryon et enseignent que ce souffle est relié à celui du corps de la mère par le cordon ombilical. Nous avons donc affaire à une conception commune à l'Inde et à la Chine, conception qui, d'ailleurs, marque un effort pour expliquer rationnellement les phénomènes vitaux.

Dans cette conception, il est logique que, dans l'intention de former un nouveau corps, on veuille commencer par réaliser fonctionnellement d'abord une image de l'être nouveau au début de son développement, qu'on veuille se refaire embryon pour se régénérer. On doit donc chercher à restreindre la respiration extérieure pour retourner à l'embryon qui n'en a pas. Et cette opération a l'avantage en même temps de concentrer à l'intérieur, de condenser puissamment l'énergie vitale que sont les souffles.

De ce fait, dans le Taoisme et dans le Yoga tout à la fois, on a spécialement mis au point des techniques de rétention du souffle respiratoire. Dans le taoisme, cette technique est un des procédés essentiels pour nourrir le principe vital. Ce principe vital étant souffle, la rétention du souffle doit naturellement le fortifier. D'autre part, la concentration des souffles à l'intérieur les met physiquement sous pression. Elle leur permet avec une force accrue de transporter la vie dans les canaux circulatoires et d'en chasser les impuretés qui s'y accumulent.

« Le souffle parcourt le corps entier depuis le nez et la bouche jusqu'aux dix doigts », dit un texte taoïste. De même, un texte sanskrit de yoga qui prescrit la durée des temps respiratoires au cours des exercices, prescrit que l'inspiration fasse comme pour remplir le corps jusqu'à ses extrémités ou, selon son expression, « Jusqu'aux pieds, aux mains et au crâne ».

La rétention du souffle emmagasiné est considérée dans le Yoga et dans le taoisme comme devant être prolongée le plus possible. Les textes de Yoga recommandent que la durée d'inspiration soit de 16 mesures, celle de la rétention du souffle de 64 et celle de l'expiration de 32. Mais certains assignent à la durée de la rétention un terme physiologique : « Jusqu'à ce que la sueur soit aux ongles et aux cheveux » dit l'un deux. On retrouve de semblables prescriptions dans les textes taoistes.

En voici un exemple :

(*Journal Asiatique Avril-Juin 1937 p. 220*)

« Procédé de fonte du souffle du maître de Yen-ling. Chaque fois qu'après avoir absorbé le souffle on a du loisir de reste, prendre une chambre calme où personne n'habite, défaire ses cheveux, desserrer ses vêtements et se coucher, le corps dans la position correcter étendre les pieds et les mains, ne pas fermer (les mains), avoir une natte propre, dont les côtés pendent à terre ; que les cheveux soient peignés et pendant épars sur la natte. Alors harmoniser les souffles *t'iao-k'i* quand les souffles ont trouvé (chacun) leur place (= le viscère qui correspond à chacun d'eux), avaler (le souffle). Alors enfermer le souffle jusqu'à ce que ce soit insupportable. Obscurcir le cœur de façon qu'il ne pense pas ; laisser le souffle aller où il veut, et, quand le souffle est insupportable, ouvrir la bouche et le relâcher ; quand le souffle vient de sortir, la respiration est rapide ; harmoniser les souffles ; au bout de sept à huit souffles, elle se calme rapidement. Alors recommencer à fondre le souffle de la même façon. Si on a du loisir de reste, s'arrêter après dix fontes. Quand c'est un nouveau travail, il faut prendre garde (au cas où) le souffle ne pénètre pas et est retenu dans la peau, ce qui causerit des maladies. Si vous avez du loisir de reste, fondez-le encore : ajoutez par cinq ou six fontes, jusqu'à vingt, trente ou même quarante et cinquante ; il n'y a pas de limite. De quelque façon qu'on fasse, quand le travail d'absorber le souffle est peu à peu accompli, les barrières communiquent, les pores s'ouvrent. Quand on fond le souffle vingt ou trente fois, on le sent circuler par tout le corps ; quelquefois la sueur sort : si on obtient ce symptôme, c'est le meilleur résultat. Quand on est nouveau à fondre (le souffle), s'arrêter quand on a réussi à faire communiquer le souffle) ; peu à peu la sueur sort ; c'est excellent, cela calme le cœur et équilibre le souffle. Il ne faut pas se lever trop tôt et laisser l'air pénétrer précipitamment ; il faut faire comme un malade qui vient de suer, rester quelque temps sans rien faire, il faut mettre ses vêtements, faire tout doucement quelques pas, parler peu et économiser le souffle, diminuer les affaires et clarifier la pensée. Le corps est léger, les yeux perçants, dans les cent veines la circulation est parfaite les quatres membres sont pénétrés partout. C'est pourquoi le « Livre de la Cour-Jaune » *Houang-t'ing king* dit :

« Les mille calamités sont écartées, les cent maladies sont guéries.

« Il n'y a pas à craindre la cruauté des tigres et des loups,

« Et également on prolonge ses années et on vivra éternellement ».

« Fondre le souffle ne peut pas se faire tous les jours : tous les dix jours ou tous les cinq jours, si on a du loisir de reste, ou si on sent qu'il n'y a pas communication partout, si les quatre membres sentent une chaleur insupportable, alors qu'on le fasse ! Le faire tous les jours est sans résultat ; il ne faut pas employer (ce procédé) de façon continue ».

La purification du corps et de ses canaux par le souffle retenu et dirigé à l'intérieur du corps donne un résultat analogue selon les textes du Yoga : « légèreté de corps, dit l'un d'eux, éclat, augmentation du feu intérieur, hypersensibilité aux sons, telle est la marque qui indique la purification des canaux » et tous promettent la guérison des maux comme cet autre : « Quand il a attiré le souffle externe avec l'abdomen et qu'il s'en est rempli, en le fixant à la pointe du nez, au milieu de l'ombilic et au pouce de pied, l'homme peut vivre affranchi de tous les maux pendant cent ans ».

Dans les textes taoistes, l'absorption du souffle ne consiste pas seulement en inspiration. Nous venons de rencontrer au passage des expressions qui prouvent qu'on doit non seulement respirer l'air extérieur mais l'avaler pour en amasser la plus grande quantité possible en soi. Il en est de même dans le Yoga.

« L'homme, nous dit-on, qui, attirant le vent avec la langue, le boit constamment peut arriver à la Santé... Si attirant le vent avec la langue, il l'arrête à la base de la langue et boit l'ambroisie (c'est-à-dire avale ce vent en le considérant comme le souffle cosmique éternel, comme l'élément d'immortalité) il peut obtenir la félicité immuable, totale. Celui, qui ayant attiré le vent par la narine gauche l'arrête au milieu des sourcils et boit l'ambroisie pure, celui-là, en vérité, est affranchi des maladies... Si pendant un mois, trois fois par jour, ayant fait monter le vent avec la langue et buvant l'ambroisie, on l'arrête tout doucement à l'ombilic, les troubles dus au vent et dus à la bile disparaissent immanquablement ».

Ce dernier texte insiste sur la conduction volontaire du souffle à travers le corps par la pensée. Ceux du taoisme font à l'occasion de même.

(*Journal Asitique Juillet-Septembre 1937 p. 369*)

« Tous ceux qui absorbent le souffle des Cinq Germes doivent méditer sur l'entrée de chacun dans son viscère afin que son humeur se répande et communique chacun suivant le viscère auquel il préside, et circule à travers le corps ; et ainsi ils vaincront les maladies. Par exemple : quand on avale le Germe Vert, méditer sur le souffle entrant dans le foie, voir le souffle vert, l'humeur verte, en le distinguant tout le temps : puis voir le souffle dans la veine *ta-touen* du pied (souffle et humeur) se réunir dans la veine et se répandre longtemps...

« Ceux qui absorbent les souffles des Cinq Germes doivent les suivre par la pensée quand ils entrent dans leurs Viscères, pour que les humeurs (de leurs viscères) soient pénétrées (par les souffles), chaque (souffle) conformément au (viscère) auquel il préside, et ainsi ils pourront circuler à travers tout le corps et guérir toutes les maladies. (Par exemple) si on absorbe le Souffle Vert, on le suit par la pensée quand il entre dans le foie, on voit le souffle vert foisonner, l'humeur verte se vaporiser, distincts pendant longtemps ; puis on voit le souffle du grand *touen* du pied qui arrive à la suite du souffle absorbé et le rencontre dans les veines et ils se répandent par les veines.

.. Avoir un bonnet et des vêtements propres, aller dans une chambre spéciale brûler de l'encens, s'asseoir tourné vers chaque région, calmer le cœur, fixer son attention pour accomplir (cet exercice) ».

La circulation conduite jusque dans les vaisseaux du pied et l'importance attribuée à ces vaisseaux dans le taoisme se retrouvent aussi dans le Yoga qui décrit un système de deux canaux à souffle commençant au gros orteil de chaque pied et montant jusqu'au sommet du crâne en s'entrecroisant au milieu du corps et en communiquant dans l'abdomen avec l'ombilic, dans le corps avec le cœur, dans la tête avec les narines par où pénètre et sort le souffle respiratoire.

Les étages successifs, ombilic, cœur et autres sont souvent appelés dans le langage imagé et technique des textes de Yoga des lotus et sont des paliers successifs où le Yogin en marche vers la délivrance rassemble les souffles des diverses régions du corps pour les entraîner finalement tous réunis jusqu'au sommet de la tête où ils seront prêts au moment de la mort à se dégager du cadavre.

Le taoisme a lui aussi une nomenclature imagée et spéciale des régions anatomiques où sont conduits par l'adepte les souffles intérieurs, pendant les opérations de concentration de ces souffles qui sont des procédés de nourrir le principe vital et de préparer le corps immortel. Mais les images sont différentes. Là il ne s'agit plus de lotus mais de champs de cinabre. Différentes aussi sont les localisations : on dirait sur un thème commun des

variations différentes. En tout cas, on a affaire à des préoccupations tout à fait du même ordre.

D'ailleurs, dans les variantes intérieures à chacun des deux systèmes indiens et chinois, on trouve parfois de nouvelles concordances frappantes quoique non toujours primitives. La conception d'une certaine entité reconnue par les textes taoïstes et qu'ils appellent la « Femelle mystérieuse » est certainement d'origine purement taoïste car sous l'aspect qu'elle revêt dans les textes les plus anciens cette Femelle mystérieuse n'a rien de commun avec aucune entité indienne. Mais à partir d'un certain moment et dans certains textes cette conception apparaît modifiée et dès lors rappelle celle d'une entité féminine, mystérieuse elle aussi mais dans sa réalité plutôt que par son nom, que le Yoga appelle la Kundalini. Cette Kundalini n'est autre qu'une émanation de l'énergie cosmique de la Nature, la puissance universelle de développement qui se trouve cachée en tout homme et comme endormie au plus profond de son corps à la manière d'un serpent lové dans un trou. Or, le Yogin vise, dans certains exercices, à éveiller cette énergie latente, à la faire se dresser pour ramasser en elle toute la masse des souffles vitaux et pour que cet ensemble de réalité et de vie supérieure, s'arrachant aux limitations de l'existence vulgaire, aille rejoindre la source unique originelle, fasse au soin de la réalité suprême la grande plongée.

Or la conception de la Femelle mystérieuse du Taoïsme qui répétons le est originellement tout autre a fini par ressembler à celle-là. Lorsque Taoïsme et Yoga n'ont pas concordé depuis toujours, il leur est donc arrivé de se rapprocher.

Dans les détails accessoires des opérations corporelles enseignées de part et d'autre pour gagner en vertu des grandes idées communes le même but de dépassement de l'humain et d'immortalisation bien des conformités se sont également introduites selon toute probabilité d'une façon secondaire.

L'examen des enseignements relatifs aux postures et aux gestes que doivent accomplir les adeptes semble bien établir cela.

Nous avons dit que les Yogin étaient dans l'usage de prendre au début de leurs exercices de postures aisées à garder longtemp sans fatigue. La posture assis les jambes repliées symétriquement, posture si ordinaire dans les représentations indiennes est en fait une telle posture usuelle et particulièrement aisée dans l'Inde. Il n'en est pas de même en Chine. Aussi, les textes taoïstes qui donnent des prescriptions précises pour la réalisation des exercices recommandent-ils bien souvent la posture couchée comme étant celle qui convient le mieux à assurer l'aisance et le relâchement corporel.

Mais le Yoga ne se contente point toujours de prescrire des postures aisées. En raison des buts physiologiques et, par contre coup, psychique très complexes qu'il recherche, il est amené souvent à prescrire des postures qu'on ne peut atteindre que par entraînement et dont certaines mêmes sont acrobatiques ou du moins exigent un exploit de force et d'équilibre pour être gardées. Or, ces postures ne peuvent être variées au gré de chacun. Elle sont soigneusement déterminées selon les effets recherchés.

Il en est de même dans le taoïsme et on rencontre certaines de ces postures si particulières à la fois dans le taoïsme et dans le Yoga. Quelques projections nous en montreront des exemples.

Il ne faudrait pas déduire de tous les rapprochements que nous avons faits que Taoïsme et Yoga sont une seule et même chose et ne se différentent que par les langues de leurs textes traditionnels. Il faut dire et retenir qu'il existe entre eux une infinité de divergences considérables. Il est bien certain que le Taoïsme est un système chinois et que le Yoga est essentiellement indien. Cependant leurs rencontres ne peuvent être fortuites; elles ne ne peuvent pas s'expliquer par des similitudes naturelles d'évolution des idées. Elles portent sur des points trop nombreux, trop spéciaux et trop bien reliés entre eux pour ne pas impliquer des communications entre Yogins et taoïstes, des emprunts et des influences réciproques. Elles ont donc une signification historique qu'il nous reste à dégager brièvement.

A priori on peut croire; comme nous avons déjà dit qu'on l'a cru, que les emprunts ont été faits à l'Inde et plus spécialement au Yoga par le Taoïsme. De pareils emprunts peuvent en effet faire partie de tous ceux que la Chine a fait à l'Inde et qui sont bien connus. Ne serait-ce que par l'importation en Chine du bouddhisme indien.

Cette opinion est confirmable par l'examen de théorie, commune au Yoga et au bouddhisme, du rôle du souffle dans l'organisme. Ce rôle est reconnu dans l'Inde par toute la médecine depuis ses origines qui remontent plus haut que celles du Yoga. Il est évident que le Yoga n'a fait qu'emprunter, pour le développer ensuite, il est vrai, selon des voies propres, une doctrine foncièrement indienne et déjà classique. Le taoïsme au contraire n'a pas pu emprunter à la vieille médecine chinoise une notion du rôle physiologique du souffle systématisé en cette forme, car l'ancienne médecine chinoise ne la comportait point. Il semble donc probable que le taoïsme a reçue cette doctrine du Yoga indien ou tout au moins qu'il l'a développée sous l'influence de celui-ci et en partie sur son modèle.

L'emprunt du taoïsme à l'Inde est aussi très vraisemblable dans certains détails des procédés. La gymnastique des positions préparatoires aux opérations essentielles est célèbre dans l'Inde depuis la haute antiquité. C'est une trouvaille exceptionnelle dans l'ensemble des civilisations. Il y a toute apparence qu'elle n'a été faite qu'une fois et que c'est dans l'Inde.

Cependant, il serait imprudent de croire que toutes les analogies entre le taoïsme et le Yoga viennent d'emprunts de la Chine à l'Inde. La tradition indienne ne le permet pas. Tandis que dès les premiers siècles de l'ère chrétienne les textes chinois attestent le passage des doctrines bouddhiques de l'Inde à la Chine. Mais à une époque plus tardive, qui semble commencer vers celle des voyageurs du pèlerin HIUAN-TSANG et de nombreux d'autres pèlerins chinois et qui est d'ailleurs l'époque où nous avons vu qu'un roi de l'Inde avait demandé en Chine la tradition du livre de LAO-TSEU, les textes sanskrits attestent en retour des influences chinoises.

Les livres mystiques appelés *Tantra* dans l'Inde se réfèrent souvent à ce qu'ils appellent le Mahâcîna, c'est-à-dire la Grande Chine et en vantant les traditions. D'autre part, un certain nombre de textes relativement récents et qui sont indiens sans faire partie de la littérature sanskrite classique, qui relèvent au contraire de la littérature tamoule, brillante rivale méridionale du sanskrit, font état de voyage en Chine de savants ou de sages indiens. Un certain nombre de légendes ont cours au pays tamoul dans la région de Madras et de Pondichéry notamment où figurent ces personnages dont il est dit qu'ils ont étudié en Chine. Or l'alchimie tamoule enseigne dans certains de ces ouvrages des théories qui ressemblent bien plus à celles du taoïsme qu'aux autres théories classiques indiennes. Par exemple certains alchimistes tamouls classent les substances minérales en mâles et femelles, tout comme les taoïstes les répartissent volontiers de même entre les deux séries célèbres YIN et YANG et après tout ce que nous venons de dire il paraîtra sans doute bien admissible que l'Inde ait fait là un emprunt à la Chine. Il ne faut point oublier qu'à date ancienne les principales communications entre les deux pays ont eu lieu surtout par la route d'Asie centrale, mais que plus tard et jusqu'à nos jours elles ont été fréquentes par les mers du Sud. Il faut surtout se souvenir ici que les relations de l'Indochine avec l'Inde, et spécialement l'Inde du Sud, d'autre part, avec la Chine d'autre part, ont été incessantes et qu'il y a ici même un champ d'études importants pour rechercher les traces des communications entre Indiens et Chinois qui expliquent les similitude et les assimilations qui viennent de nous être révélées par l'étude comparée du Taoïsme et du Yoga.

Dr JEAN FILLIOZAT
Directeur d'Etudes à l'Ecole Pratique des Hautes Etudes
Membre d'honneur de l'Ecole Française d'Extrême-Orient